

Şiir

Uyusun da büyüsün
derdin büyüdüm anne.
Bana o ak sütünden
Verdin, büyüdüm anne.

Uykuma yıldızları
Serdin , büyüdüm anne.
Anne güzelliğine
Erdin, büyüdüm anne.

FARUK NAFİZ ÇAMLİBEL

SİNEMA



THE REVENANT / Diriliş

Hayvanları kürkleri için avlayan bir kuruluşta çalışan Hugh işinde oldukça başarılı bir tuzakçıdır. Fakat son işinde bir boz ayı tarafından ağır şekilde yaralanır. Av ekibi onun yaralı olduğunu ve yardıma ihtiyacı olduğunu bildiği halde ölüme terk eder. Daha sonra

Hugh beklenmedik bir şekilde iyileşir ve iyileştikten sonra öfkesini hem ekibinden hemde hayvan kürkü için hayvanları öldürenlerden çıkaracaktır...

ETKİNLİK

10.05.2016 / 10:30

Tülin Kozikoğlu ile Çocuklara Kitap Söyleşileri / Nâzım Hikmet Kültürevi

16.05.2016 / 20:30

TEK KİŞİLİK ŞEHİR / Nâzım Hikmet Kültürevi

22.05.2016 / 09:00

Kuş Gözlemi "Kuşlar Da Gitti" / Eskikaraağaç Köyü

4.Gıda Bileşenleri Çözümleri.. Fuarı

04~06 Mayıs 2016 TÜRKİYE - İstanbul

Gıda Ted. Hizmeti, Üretici, Ekipman Fuarı

25~29 Mayıs 2016 TAYLAND - Bangkok



ETLİ ENGİNAR DOLMASI TARİFİ

Malzemeler: 400 - 450 gr. kavrulmuş kıyma (soğanlı ve maydanozlu)
1 adet orta boy soğan, 4 adet yapraklı enginar, 3 diş sarımsak
1 avuç ceviz, 200 ml domates püresi, 1 çorba kaşığı biber salçası
4 çorba kaşığı zeytinyağı, 4 dal taze kekik, 1 çorba kaşığı köfte baharı, 1 tatlı kaşığı kimyon, 1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber
1 tatlı kaşığı karabiber, Tuz, Sıvı yağ, Tencere tabanını 3 parmak kaplayacak kadar kaynar su (ortalama 1-2 lt.)

Yapılışı: 4 adet enginarın sert dış yaprakları ve saplarını kesin, çanak kısmına ulaşmak için ortasındaki yaprakları dikkatlice çıkarıp, bir kaşık ile içini oyun. İçindeki tüylü kısmı tamamen temizlemeniz çok önemli. Biraz güç gerektiren bu işlemi yaptıktan sonra enginarlara limon sıkıp, kararmamaları için bol limonlu, tuzlu suda bekletin. Bu işlemi isterseniz enginarınıza tarif edip, sizin için yapmasını rica edebilirsiniz.

İçindeki malzeme için; 1 soğan tencerede sıvı yağ ile kavrulur, yaklaşık 400-450 gram kıyma ilave edilir. Kavrulmuş kıymaya, isterseniz ince kıyılmış maydanoz da ekleyebilirsiniz. Dilerseniz ince kıyılmış ceviz ve sarımsak da ilave edebilirsiniz. 1 avuç cevizi elinizle kırarak, 3 diş sarımsağı da ezerek içine ekleyin. Tuzunu ve biberini kontrol ettikten sonra harcı, oyduğunuz enginarların ortasındaki boşluğa doldurun.

Sosu için bir kaseye 200 ml domates püresi, 2 çorba kaşığı biber salçası, 3 çorba kaşığı zeytinyağı, 4 dal taze kekik, 1 çorba kaşığı köfte baharı, 1 tatlı kaşığı kimyon, 1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber, tuz ve karabiber koyup, karıştırın. Son olarak üzerine 1 litreye yakın sıcak su ekleyin. Tüm bu sosu, tencereye dizilmiş enginarların üzerine gezdirin. Yaklaşık 40 dakika, en ucundaki yaprağı çektiginizde rahatça kopuncaya kadar, orta ateşte pişirin. Afiyet olsun

OSMANLI ÇİLEĞİ FESTİVALİ

29-30-31 MAYIS KARADENİZ EREĞLİ



ÇİLEK ZAMANI!!!

Çileğin yararları: Uzmanlara göre çilek; başışıklığı güçlendiren, besin değeri yüksek bir meyve. Çocuk felci, ağız ve deri yaralarını oluşturan bazı virüsler için öldürücü etki taşır. Ciltteki sivilce ve aknelere iyi gelir. Kansere karşı koruyucu ve ilerlemesini önleyici özellikler içerir. İdrar söktürücü, romatizma ve gut hastalığı ağrılarını azaltıcı etkisi vardır. Sinirleri kuvvetlendirip, bağırsak kurtlarını döker ve ateş düşürür. Çok güçlü bir besin olduğu için bazen alerjiye neden olabilir.

"Vatanın bütün ümidi ve geleceği size, genç nesillerin anlayış ve enerjisine bağlanmıştır." ATATÜRK

MEVSİM SEBZE ve MEYVELERİ (MAYIS)

Sebzeler: Kuşkonmaz, bezelye, enginar, bakla, semizotu, barbunya, madımak, ebegümeci, arpacık soğan, marul, roka, soğan, sarımsak, biberiye, nane, maydanoz, tere

Meyveler: Can erik, çilek, dut

Nermin Şef'in Püf Noktaları !

RENKLER ve YEMEK UYUMU

Renklerin iştah ve sağlık üzerine olan etkilerini görmezlikten gelmek mümkün değil. Bizden tavsiye siz ya tabaklarınızı renklendirin ya da yemeklerinizi :)



ANNELER GÜNÜ

1832 ile 1905 yılları arasında yaşamış olan Ann Maria Jarvis, Virginia eyaletinde hem öğretmenlik yapan hem de işçilerin sağlığı ve iş güvenliği iyileşsin diye çalışmalar yapan bir sosyal aktivist. Amerikan iç savaşı sırasında anneleri her iki tarafın da yaralılarına bakmaları ve ihtiyaçlarını gidermeleri konusunda teşvik ve organize ediyor. Savaş bittikten sonra annelerin daha aktif ve daha sosyal olmaları konusunda bir kampanyayı yürütüyor ve günümüzün Anneler Günü anlayışının tam tersine "Anne Çalışma Günü" ilan edilsin istiyor. Çünkü dünyayı kurtaracak olan tek şeyin anneliğin şefkati olduğuna inanıyor.

Ann Maria Jarvis 1905'de ölüyor. Kızı Anne Jarvis annesinin misyonunu devam ettiriyor. Annesinin ölümünün yıldönümü olan 10 Mayıs 1907'den itibaren 7 yıl boyunca "Anneler Günü"nü resmi olarak ilan edilmesi için uğraşiyor. Siyasetçilere, valilere ve din adamlarına yüzlerce mektup yazıyor. Anneler günü derneğini kuruyor. "Anneler Günü" ve "Mayısın ikinci pazarı" cümlelerini kendi üzerine tescil ettiriyor. Zincir mağazalar sahibi bir sponsor da buluyor. Kampanyası nihayet 1914'de amacına ulaşıyor ve Amerika Birleşik Devletleri Başkanı Wilson anneler gününü resmen ilan ediyor. Sembolü de beyaz karanfil oluyor.

Ama asıl hikaye bundan sonra başlıyor. 1920'lere geldiğinde Anne Jarvis, "Anneler Günü"nü önerdiği biçimdeki manasından kopup ticarileşmesine ve bir hediye alma yarışına dönüşmesine öfkelenmeye başlıyor. Zira onun istediği herkesin annesine o gün bir mektup yazıp onu ne kadar sevdiğini içtenlikle anlatmasıydı. Kız kardeşiyle beraber kendi yarattığı anneler gününe karşı bir kampanya açıyor. Anneler gününün bu haliyle iptal edilmesi için gösteriler düzenliyor, ülkenin her tarafına çağrılar yolluyor. Bu günü alışveriş için fırsat olarak kullanan mağazalara davalar açmaya kalkıyor. Kendi sponsorunun mağazasında (menüde "Anneler Günü Salatası" var diye) olaylar çıkartıyor. Ve hatta başkanın eşi Eleanor Roosevelt'e bile bebek ve anne ölümlerini azaltmaya yönelik açtığı bağış kampanyasında "Anneler Günü"nü kullandı diye saldırıyor. Protesto gösterilerini o kadar abartıyor ki birkaç defa "huzuru bozmaktan" tutuklanıyor. Bütün servetini harcayarak verdiği mücadele hiçbir yere varmıyor. Anneler günü tam da onun istemediği şekliyle tüm dünyaya bir alışveriş vesilesi olarak yayılıyor.

Anneler Günü'nün yaratıcısı Anne Jarvis, hiç evlenmiyor ve çocuk sahibi olmuyor. Protestoları ve hırçınlığı nedeniyle saygınlığını yitiriyor. 84 yaşında, uzun bir hastalık döneminden sonra kör ve sağır bir halde yoksulluk ve yalnızlık içinde bir akıl hastanesinde ölüyor.

1 MAYIS İŞÇİ ve EMEKÇİLER BAYRAMI



1 Mayıs İşçi ve Emekçiler Bayramı, işçi ve emekçiler tarafından dünya çapında kutlanan, birlik, dayanışma ve haksızlıklarla mücadele günü. Dünya üzerindeki pek çok ülkede, resmî tatil olarak kabul edilmektedir. Türkiye'de ilk kez 1923'te resmî olarak kutlanmıştır. 2008 Nisan'ında, "Emek ve Dayanışma Günü" olarak kutlanması kabul edilmiştir. 22 Nisan 2009 tarihinde TBMM'de kabul edilen yasa ile 1 Mayıs resmi tatil ilan edilmiştir.



19 MAYIS
ATATÜRK'Ü ANMA
GENÇLİK VE SPOR BAYRAMI
KUTLU OLSUN

19 MAYIS 1919

Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı, her yıl 19 Mayıs tarihinde kutlanan, Türkiye Cumhuriyeti'nin ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nin millî bayramıdır. 19 Mayıs 1919'da Mustafa Kemal Atatürk Bandırma Vapuru ile Samsun'a çıkmıştır ve bugün İtilaf Devletleri'nin işgaline karşı Türk Kurtuluş Savaşı'nın başladığı gün kabul edilir. Atatürk bu bayramı Türk gençliğine armağan etmiştir.

Gençlik ve Spor Bayramı, ilk defa 24 Mayıs 1935'te "Atatürk Günü" adı altında kutlanmıştır. Beşiktaş'ın girişimleriyle Fenerbahçe Stadi'nda kutlanan bu ilk 19 Mayıs, Galatasaray ve Fenerbahçeli yüzlerce sporunun da katılımıyla bir spor günü haline gelmiştir. Bu organizasyondan bir süre sonra gerçekleşen Spor Kongresi'nde söz alan Beşiktaş Kurucu Üyesi Ahmet Fetgeri Aşeni kutlanan Atatürk Günü'nün tüm gençliğe mal edilebilmesi için "19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı" adı altında her yıl yapılmasını teklif etmiştir. Kongrede oylan bu öneri kabul edilmiş ve Atatürk'ün de onayıyla yasalaşmıştır. 20 Haziran 1938 tarihli kanunla "Gençlik ve Spor Bayramı" olarak kutlanan bu ulusal bayramın adı 12 Eylül Darbesinden sonra "Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı" adını almıştır.

SAFRAN
Bursa Safran Yemek Üretim ve Hizmet A.Ş.